

健康増進のお手伝い！ 自立した暮らしを応援！

高原トレーニングクラブ

(小笠原総合福祉プラザ内)

見学無料体験
可能です！

7種類のパワーリハビリを使って、専門職(理学療法士、作業療法士、運動指導員等)による個別リハビリ及び可動域訓練等を実施し、歩行改善や日常生活動作の助言や指導を致します。楽しみながら健康な身体作りを目指しましょう。

対象者

原則、南アルプス市内在住の40歳以上の方。(その他の方は応相談) 要介護(支援)認定者は身体状況等を相談させていただきます。

費用

健康な身体作りが、500円～1,500円(税別)(コースにより異なります)で出来ます！以下の表の通りです。

サービス内容	料金(税別)	備考
基本サービス	500円～1,500円	毎週月～金(コースにより異なります)
送迎サービス (芦安地区は応相談)	100円(往復) 50円(片道)	直接来場も可能です。その場合、送迎サービス費用は無料となります。
レクリエーション	実費	随時相談

